

学前教育专业系列教材



舞蹈与 幼儿舞蹈

主编 廖萍 王海英

WUDAO YU
YOUER WUDAO



语文出版社

学前教育专业系列教材



舞蹈与 幼儿舞蹈

主 审	刘先强	刘胜林			
主 编	廖 萍	王海英			
副主编	朱 畅	万 中	梁 艺		
编 者	严虹焰	何 茜	刘 妍	张 敏	
	唐雅婕	王 霞	陈 翀	鲜 萱	
	黄晓莉	林雪红	洪嘉文	黄冬赞	
	徐晓颖	曾明晓	何林凤	王惟惟	
	柴 佳	钟 雪			



语文出版社

· 北 京 ·


图书在版编目 (CIP) 数据

舞蹈与幼儿舞蹈/廖萍, 王海英编. —北京: 语文出版社, 2018. 3

ISBN 978-7-5187-0581-8

I. ①舞… II. ①廖…②王… III. ①学前教育-儿童舞蹈-高等职业教育-教学参考资料 IV. ①G613.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 290779 号

责任编辑 张程 许雪松
装帧设计 张涛
出版  语文出版社
地址 北京市东城区朝阳门内南小街 51 号 100010
电子信箱 ywebsywp@163.com
排版 北京风语纵贯线科技发展有限责任公司
印刷装订 北京市彩虹印刷有限责任公司
发行 语文出版社 新华书店经销
规格 787mm × 1092mm
开本 1/16
印张 17
字数 379 千字
版次 2018 年 3 月第 1 版
印次 2018 年 3 月第 1 次印刷
印数 1—5,000 册
定价 39.80 元

前言

自2010年《国家中长期教育改革和发展规划纲要（2010—2020年）》颁布以来，我国的学前教育事业快速发展，特别是《国务院关于当前发展学前教育的若干意见》中提出的“建设一支师德高尚、热爱儿童、业务精良、结构合理的幼儿教师队伍”，已然成为全社会的共识。正是在这样的背景下，教育部在2011年10月颁布了《教师教育课程标准（试行）》，对幼儿园教师教育课程目标与课程设置提出了具体的要求。

学前教育专业是培养幼儿教师的主体，其开设的舞蹈课程是帮助幼儿教师获得舞蹈技能的一门专业基础课，是整个幼儿教师教育课程中涉及专业发展的一门基础性课程。根据2015年9月国务院办公厅颁布的《关于全面加强和改进学校美育工作的意见》（国办发〔2015〕71号）的精神，针对学前教育专业学生的具体情况和教育部颁布的《3~6岁儿童学习与发展指南》要求，围绕培养造就高素质专业化幼儿教师的目标，从丰富学生舞蹈知识与舞蹈素材出发，以舞蹈理论知识学习为基础，以舞蹈基础能力与舞蹈素材积累为重点，力求让学生在学习掌握舞蹈知识与技能的同时，获得幼儿舞蹈教育素养与教育实践能力，以满足学生未来从事幼儿舞蹈教育与教学的需要。

本书围绕“育人为本”的教育理念，着眼于未来幼儿教师的创新性舞蹈实践素质的培养。从理论学习入手，围绕舞蹈基础能力与积累舞蹈素材的训练，强化学生的舞蹈实践运用能力的培养，图文并茂，有着极强的实践性与实用性。

本书共分五章。第一章主要介绍舞蹈的起源、发展、特征以及幼儿舞蹈和幼儿舞蹈教育的相关基础知识；第二章重点介绍舞蹈基础训练的方法以及幼儿舞蹈基础能力训练的基本方式；第三章介绍了我国绚丽多彩的民族民间舞蹈素材、流行舞素材和幼儿舞蹈素材；第四章介绍了幼儿舞蹈编创的基础理论与实践方式；第五章介绍了幼儿舞蹈教学的基础原理与实施方法。

全书由成都大学廖萍和华南师范大学王海英主编。其中，第一章由成都大学廖萍、张敏编写；第二章由成都大学朱畅、廖萍，华南师范大学刘妍，成都市第三幼儿园陈翀和战略支援部第五十七研究所幼儿园鲜萱编写；第三章由华南师范大学王海英、洪嘉文、黄冬赟、

徐晓颖，西南民族大学音乐学院唐雅婕，深圳市福田区梅园小学林雪红，南部战区空军直属机关幼儿园黄晓莉，成都市温江区涌泉街道花土幼儿园王霞编写；第四章由广西教育学院艺术学院梁艺编写；第五章由成都大学万中、严虹焰，金苹果西区花园幼稚园何茜、何林凤、柴佳、王惟惟、曾明晓、钟雪编写。全书由廖萍统审定稿。

本书所附舞蹈素材视频资料的录制，得到华南师范大学音乐学院舞蹈系的大力支持，我们向舞蹈视频表演的黄冬赟、洪嘉文、徐晓颖、张逸弛、张明、莫艳、杨云帆、周叶、陈力榕同学表示衷心的感谢！

为了满足读者需求，提高教学服务水平，本书配备了相关视频资源，读者可登录职行网下载。

限于编者的水平，书中难免有不足之处，恳请广大同仁在使用中给予批评指正。

编者

目 录

第一章 舞蹈与幼儿舞蹈基础知识	1
第一节 舞蹈基础	2
第二节 幼儿舞蹈基础	22
第三节 幼儿舞蹈教育	29
第二章 舞蹈基础训练	39
第一节 芭蕾基础训练	40
第二节 中国古典舞基础训练	59
第三节 现代舞基础训练	68
第四节 幼儿舞蹈基础训练	78
第三章 舞蹈素材	97
第一节 中国民族民间舞蹈素材	98
第二节 流行舞素材	138
第三节 幼儿舞蹈素材	153
第四章 幼儿舞蹈编创	181
第一节 幼儿舞蹈编创基础	182
第二节 幼儿舞蹈实用编创方法	193
第三节 幼儿舞蹈编创实例	199
第五章 幼儿舞蹈教学	211
第一节 幼儿教师与舞蹈教学	212
第二节 幼儿舞蹈教学活动设计	215
第三节 幼儿舞蹈教学活动的组织与实施	237
第四节 幼儿舞蹈教学实践案例与分析	242
附 录	255
参考文献	263



1

第一章

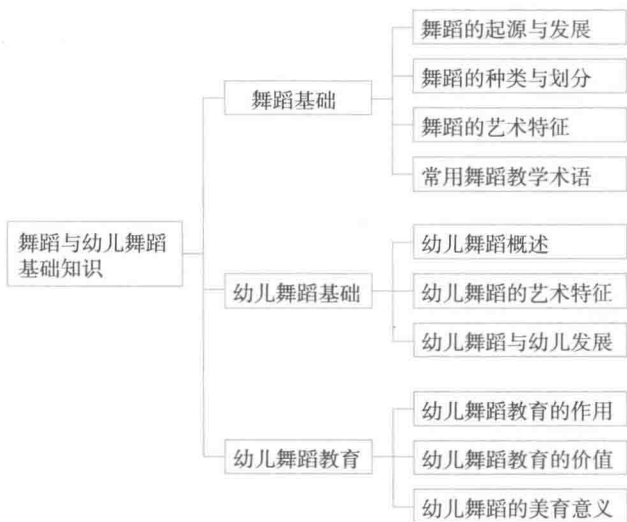
舞蹈与幼儿舞蹈基础知识

学习指南

舞蹈与我们的生活紧密相连，早在语言、文字产生之前，人类就已经开始运用自己的肢体动作来传递信息和交流情感了。幼儿园是实施幼儿舞蹈教育的重要机构，作为一名未来的幼儿教师，要具备舞蹈的专业基础知识和基本技能技巧，以满足将来从事幼儿舞蹈教育的需要。本章重点介绍舞蹈和幼儿舞蹈的相关基础理论知识，通过本章的学习，应对舞蹈的基本概念、幼儿舞蹈的内涵以及幼儿舞蹈教育的价值和美育意义有明确的认识，使学生树立正确的幼儿舞蹈教育观念。



思维导图



学习目标

一、知识目标

- (1) 了解舞蹈的基础理论知识。
- (2) 理解幼儿舞蹈的艺术特征和美育意义。
- (3) 掌握幼儿舞蹈教育的美育意义。

二、能力目标

- (1) 具备舞蹈和幼儿舞蹈的基础理论知识。
- (2) 运用幼儿舞蹈教育理论，能够解决幼儿舞蹈教育中出现的实际问题。

三、情感目标

- (1) 激发起学习本门课程的兴趣。
- (2) 培养舞蹈学的学科意识和科学态度。
- (3) 认识到学习舞蹈和幼儿舞蹈的意义。

第一节 舞蹈基础

作为一种表演艺术，舞蹈是以经过提炼、组织和艺术加工的人体动作为主要表现手段，来表现社会生活和表达情感的艺术形式。舞蹈集空间性、时间性和综合性于一体，是一种动态的动作造型艺术。

一、舞蹈的起源与发展

舞蹈是人类最早产生的艺术，远在人类还没有产生语言之前，人们就已经开始用身体动作、姿态和表情来传达信息和交流感情了。我国汉代的典籍《毛诗序》中写到：“情动于中，而形于言；言之不足，故嗟叹之；嗟叹之不足，故咏歌之；咏歌之不足，不知手之舞之足之蹈之也。”这段文字生动形象地说明了舞蹈是表达人们最深情感的产物。作为人类最古老的艺术，有关舞蹈的起源有着多种理论，其中最具代表性的有以下几种。

（一）情感起源论

很久以来，许多学者均认同舞蹈起源于人们宣泄情感的过程之中，这也是情感起源论的重要观点。

正如《毛诗序》中对舞蹈的形象描写，我国古代关于舞蹈的经典言论如《白虎通·礼乐篇》曰：“乐所以必歌者何？夫歌者口言之也，中心喜乐，口欲歌之，手欲舞之，足欲蹈之。”明代著名的律学家朱载堉在其所撰写的《律吕精义》中说：“盖乐心内发，感物而动，不觉手足自运，欢之至也。此舞之所由起也。”^① 这些言论都形象地说明了舞蹈所蕴涵的“传情达意”的功能。由此，中国古代学者们认为，舞蹈的产生源于客观外部事物触发了人的情感，并在人的内心产生了感动。当这些极度的情感难以言表、咏歌时，于是手舞足蹈就

^① 朱载堉，律吕精义，冯文慈、点注[M]，北京：人民音乐出版社，2006。



成为了最能淋漓尽致地宣泄感情的方式，舞蹈由此产生，并成为人们表达内心由外界所感而引发的情感冲动的最好方式。因此，我们有理由相信，人类的舞蹈是源于人们表达内心那些难以抑制的强烈情感的需要而产生的。

同样，国外也有许多学者持相同的观点。英国《不列颠百科全书》中的“舞蹈艺术”认为：“舞蹈是一种自然的冲动……无论男女，几乎每一个人都有过这样的体验。因高兴而起舞，情不自禁地跳着、跑着，以发泄欣喜若狂的感情。”德国民族学家格罗塞在《艺术的起源》中认为：“人们的内心有扰动，而外部还须维持平静的态度是痛苦的；而能藉由外部的动作来倾诉内心的情感、发泄内心的郁积，却总是愉悦的。”这些因喜极而欢呼雀跃的现象，在当代社会生活中，我们依然可以随时看到：当有人听到、看到自己期盼已久的事情有了好的结果，就会激动地跳起来，高兴地挥动双臂，甚至手舞足蹈；而当人们沮丧、懊恼、气愤时，就会捶胸顿足、垂头丧气……这些都是人的情感传达到肢体的本能反应。人们在高兴或悲伤时，身体都会有许多本能的表现：“喜极，手舞足蹈，得意忘形；悲极，捶胸顿足，哭天抢地；愤极，怒发冲冠，握拳瞪眼；悔极，垂头丧气，步履缓重……”这就是舞蹈，也是舞蹈最原始的形态和源起。

情感起源论的观点认为，舞蹈文化是由人类宣泄、表达内心抑制不住的情感需要而产生的，是人内在的情感冲动推动了外在身体的运动。正如许多学者所说，宣泄感情是人类艺术发生的重要原因，即艺术是表达情感的一种方式。因此我们有理由相信，是人类表达感情的原动力推动了舞蹈艺术的产生与发展。

（二）劳动起源论

劳动起源论认为，舞蹈起源于远古人类求生存、求发展的生活进程中，是人类在适应大自然的各种生产生活的劳动实践过程中，为了满足生存和发展的需要而产生的。

秉持劳动起源论观点的学者主张：人类舞蹈文化产生于人们交流的需要。在远古时代，人们以群居而生活，以集体劳作而生产。但在语言产生之前，人们由于语言表达能力有限，需要用身体动作传递某些信息或交流情感。于是在劳动实践过程中，一些身体动作除了用来完成生活和生产实践的任务以外，还包含着某种表达情感和生活信息的特殊含义。人们借助这些“动作”完成了相互沟通、相互交流的任务，于是这种“身体语言”也就逐渐成为人类重要的交流手段，逐步因为交流的需要而创造出了舞蹈。因此，群居生活、相互交流成为舞蹈产生的前提，表达情感、传递信息的需要成为产生舞蹈最直接的原因。这既是舞蹈的萌芽，又是人类舞蹈文化得以产生的现实基础。直至现代，不同国家、不同民族的语言虽然已经发展得非常成熟，但人们在相互交流时，依然能够借助手势或身体动作来对语言进行补充，以实现更好地交流信息和交流情感的目的。

（三）模仿起源论

模仿起源论是艺术起源中最古老的理论。正如古希腊哲人亚里士多德所说：“人从孩提时代起就有模仿的本能（人善长模仿，这是人区别于禽兽的原因之一。人最初的知识都是从模仿得来的）。人对于模仿的作品总是感到快感。”^①

持模仿起源论观点的学者认为：人类舞蹈产生于模仿。例如，人类模仿动物的动作形

^① 亚里士多德·诗学 [M]. 商务印书馆, 1996: 11

态,模仿自己的劳动生产过程,模仿自然景物的动态形象,模仿生活中的有趣之事。而模仿这些内容的目的,可能是为了传授生活技能与知识,亦或是祈求巫术的成功;也可能是为了图腾崇拜,亦或是通过惟妙惟肖的模仿而获得愉悦与快乐等。这些各种各样的动机、想法促进了人类的模仿行为,并在用动作模仿这些内容的过程中产生了舞蹈,创造了人类的舞蹈文化。

(四) 游戏起源论

游戏起源论是18世纪德国诗人、文艺理论家席勒依据康德所说的“文学艺术是自由的,它是一种不带任何功利目的的活动”的论点,加以发挥而提出的“艺术像游戏一样,都是‘自由的’活动”。席勒认为在艺术起源中,模仿虽然重要,但并非是艺术起源的真正起因。艺术的根本起因源于“游戏的冲动”,以假象为快乐的游戏冲动一发生,模仿的创作冲动就紧跟而来,这种冲动把假象当作某种独立自主的东西。人们在游戏活动中产生了舞蹈。

游戏起源论者认为,正是游戏的非实用或超实用的行为,才会让人在游戏前产生愉快的心境。游戏对于维持人们生活所必需的活动并没有直接的帮助,加之游戏活动的内容大都是假定的,是人创造出的“第二自然”,是能够充分体现人类超越现实束缚的意志和达成自由的愿望。因此,相关学者认为“艺术不是自然、不是科学,而是‘自由的游戏’,是一种能够使人身心愉悦的活动”。

(五) 巫术起源论

巫术起源论认为,舞蹈并非自然的存在,而是人类创造的一种文化。舞蹈的出现与人类创造的神灵有着密切的关系。

在远古时代,人们由于认识 and 理解的不足,对许多自然现象如电闪雷鸣、日月星移、天气变化等,不了解也不能理解,更无法掌控与利用。于是,人们认为世间的一切自然物都与自己一样,都是有灵魂的。在这些有灵魂的自然物中,存在某种能够主宰万物的“神灵”。这些“神灵”不仅能够偏袒自己、佑护自己,而且还能够为自己消灾降福,人们将这些“神灵”作为自己族群的标志或象征,把自己的愿望、期望寄托在它们身上,由此产生了图腾崇拜。图腾崇拜是人类最早期的信仰仪式之一。当时的人们笃信,只有用舞蹈这种最直接的生命形式去顶礼膜拜这些图腾,才可以与之沟通,才能够达到人神合一的目的,从而才能求得神灵的庇护,才能够保佑世间风调雨顺、五谷丰登。

伴随着图腾崇拜现象的出现,人类意识到客观存在于自然万物中的还有鬼神,于是巫术祭祀相应而生。人们为了驱邪逐恶或是讨好神灵,在祭祀中便以动作来表现讨好或恐吓的意思,使舞蹈成为巫术活动中的主要内容和表现手段。也正是在这样的过程中,舞蹈得以产生,并使人类的舞蹈文化得以发展。

探索舞蹈的起源,是为了更好地研究人类舞蹈文化的发展历程。但经历多年的探索与研究,学者们对人类舞蹈文化的起源还是各持己见。纵观以上几种舞蹈起源论,我们不难发现,其观点都有一定的合理性,但同时却都带有一定的局限性。

舞蹈作为人类生活中的一种社会现象,其起源绝不能单纯地取决于某一个方面的因素。为此,当代的学者们更倾向于“劳动生活实践论”,即舞蹈起源于远古人类求生存、求发展的进程中。在远古人类社会生活的方方面面,我们都能够看到舞蹈的萌芽:人们在生产劳动和社会生活的过程中,既需要用动作来完成采集、狩猎、农耕,祭祀、巫术等劳动生产活

动,又需要借助动作来实现相互之间的沟通交流和传情达意。于是人类在求生存、求发展的进程中,创造了舞蹈,创造了人类的舞蹈文化。

(六) 舞蹈的发展

舞蹈这门古老而常青的艺术,是随人类的劳动生活而产生的,并随人类社会的发展而发展。原始部落时期的人类,由于生产力水平很低及生活环境的不安定性,必然要求大家团结在一起,共同劳动和抵御敌人。因此,不论是狩猎还是战争,都是整个部落的集体行动。所以原始部落时期的舞蹈,都是集体性的,具有全社会性。同时,由于每一个族群都有自己所崇拜的物类,即“图腾崇拜”,因此每当人们祷告或庆贺时,都会对着图腾跳舞,并由此产生了“图腾舞蹈”。

图腾舞蹈存在于世界各地的民族文化中,并随人类的发展而延续和发展。例如,现今流传于陕南秦巴山区的汉中、安康等地的舞蹈“板凳龙”,重庆铜梁的“舞火龙”,贵州黔东南苗族侗族自治州台江县苗族的“舞龙嘘花”,都还能够看到中华民族对龙的“图腾崇拜”的影子,体现出当代人对远古图腾信仰观念的遗存。又如,北美洲印第安部落相信野牛和自己部族有血缘关系,认为只要他们跳这种舞,野牛就会出现并让他们狩猎,所以产生了图腾舞蹈——野牛舞。澳洲土著人在跳起他们的图腾舞蹈——蛇舞时,会纹脸纹身以表达自己对部落祖先的纪念。

随着原始社会的解体,人类进入奴隶社会。在这个时期,图腾崇拜与宗教祭祀紧密结合,产生了巫舞。巫舞是巫覡^①在祭祀活动中所跳的舞蹈,而巫覡则是在祭祀中,被认为能与神鬼交往、代表它们说话、执行它们意志的人。在祭祀活动中,巫覡在巫舞、卜筮、巫词、咒语等手段的共同作用下,能够制造出各种神秘、灵验的气氛,以达到沟通人神的目的。

巫师是一个带有宗教色彩的“神圣”职业,巫舞的“神圣性”使得舞蹈的高雅性质得到进一步的强化。直至今日,舞蹈是一种高雅的文化活动,仍然是全世界的共识。由于巫舞已经突破了社会生活和劳动生产动作的局限,开始更加全面地挖掘人的形体语言的表达功能,形成了一些相对固定的动作和套路,所以巫舞的舞蹈形式已经从原始社会的比较粗糙的集体舞蹈,转向了个人的、专业的舞蹈表演。其舞蹈内容也更加丰富,甚至出现了神话中的人物和故事。因此,从舞蹈发展的角度来看,这个时期的舞蹈相对于原始社会的图腾舞蹈已经前进了一大步。

知识小贴士

巫舞在人类舞蹈发展史上曾经长期占据着统治地位。据史学资料记载,在我国春秋战国时期的楚国,巫舞十分盛行,其规模宏大,形式和内容都相当丰富。至今,在一些寺庙舞中还保留着巫舞的形式。

巫舞极大地丰富了人类的舞蹈语言,对后世的舞蹈产生了深远的影响。从某种意义上来说,巫舞是人类舞蹈文化发展史上的一个重要里程碑,它为人类舞蹈艺术化的发展奠定了坚实的基础,人类的舞蹈也从巫舞开始了舞蹈艺术的发展之路。

奴隶社会末期,巫舞逐渐成为为统治阶级服务的工具。直至封建社会,宫廷舞蹈才大规

^① 巫覡:古代称女巫为“巫”,男巫为“覡”,合称“巫覡”。后亦泛指以装神弄鬼替人祈祷为职业的巫师。

模兴起,并得到迅速发展,这个时期的舞蹈以祭祀性的乐舞和宴饮助兴时的乐舞为主。例如,在我国的汉魏和隋唐时代,宫廷内专门设有管理和培养宫廷乐舞演员的乐府、太常寺等机构。而在欧洲,古希腊、罗马的宫廷舞蹈也非常兴盛。但自罗马灭亡后,娱乐性舞蹈就被中世纪教会禁止,但带有世俗性质的民间舞蹈,由于其独立于宗教舞蹈之外而得以发展。直到文艺复兴以后,宫廷舞蹈才得以重新恢复。17世纪后的西方宫廷舞蹈,逐渐演变为由专门的人员,将从民间舞蹈中吸收的多种舞蹈元素,加以改变后进行传授的、以社交性质为主的娱乐舞蹈。这种舞蹈主要是为了适应宫廷中社交仪式的需要,同时它也是西方社交舞蹈的缘起。

芭蕾是从欧洲宫廷舞蹈发展而来的一种舞蹈艺术。芭蕾艺术孕育于欧洲文艺复兴鼎盛时期的意大利宫廷,诞生在17世纪后期的法国宫廷,于18世纪在法国日臻完美,到19世纪末期在俄罗斯进入最繁荣的时期。芭蕾在近400年的历史发展过程中,对世界各国影响很大,流传极广,至今已然成为世界各国努力发展的一种艺术形式。芭蕾原先是属于宫廷中专有的表演,后来逐渐转移到民间剧场中演出。芭蕾经历了“早期芭蕾”“浪漫主义芭蕾”“古典芭蕾”“现代芭蕾”四个发展阶段,其中“古典芭蕾”具有一整套严格的技术规范和要求,是表演性舞蹈中技巧要求最高和最讲究形式规范的舞蹈。^①

19世纪末20世纪初,美国和德国兴起了一场彻底否定封闭僵化的古典芭蕾的舞蹈大革命,并产生了一种新兴的舞蹈——现代舞。在近百年来的舞蹈史上,美国先后出现了自由舞、早期现代舞、古典现代舞、后现代舞和后期现代舞共五大时期;而德国则出现了新舞蹈、舞蹈剧场两大时期。现代舞的产生和发展,都受到“现代舞之母”——美国舞蹈家伊莎多拉·邓肯的影响。

现代舞反对传统的艺术观念,提倡创新与自由,强调运用合乎自然运动法则的舞蹈动作,自由地表达、抒发人的真情实感,倡导用独创的表演体系和理论体系来反映现代社会生活。

在舞蹈发展的历史长河中,民间舞蹈是舞蹈发展的一个重要内容。民间舞蹈是由人民群众自创自演的,以表现一个民族或地区的文化传统、生活习俗及人们精神风貌的群众性舞蹈活动,所以也称为“土风舞”。它是人民群众智慧的结晶,是一条永远不会枯竭的舞蹈源泉。

民间舞蹈以载歌载舞为其主要表现形式。这种用肢体姿态来抒发、表达情感,传达生产技能与信息的行为,没有地域、国界、种族和民族之分,是人类共通的形体语言与心灵感悟。不同的民族,因生活环境、生产方式和宗教文化等方面的差异,而拥有着数以万计从内容到形式、从韵律到风格各显异彩、斑斓夺目的民族民间舞蹈。民间舞蹈大体分为祭祀(宗教)性舞蹈、自娱性舞蹈、礼仪舞蹈、民族历史(生产劳动)传衍舞蹈等种类。

随着人类社会的发展,过去舞蹈中的迷信色彩与日俱减。一些古代传统的祭祀性舞蹈也在逐步变化,成为民间具有观赏性和自娱性的舞蹈,倍受人们喜爱。不同民族流传下来的或雄浑刚健、或阴柔婀娜、或源于祭祀仪式、或为寻求终身伴侣的民间歌舞,无论是属于哪个民族或哪种类型的舞蹈,都从不同角度充分地展示着各民族所具有的久远历史和深厚的民族文化底蕴。

^① 廖萍,王海英.舞蹈基础与训练[M].重庆:西南师范大学出版社,2014:5

二、舞蹈的种类与划分

舞蹈作为由不同门类、不同体裁、不同风格的舞蹈类型所组成的一种艺术形式，其表现的领域、表达的方式，都随时代的发展而不断地扩展，变得越来越丰富多彩。不同种类的舞蹈，表现不同的社会生活内容。舞蹈种类的划分，是为了更深入地了解舞蹈的艺术特征与发展规律，为了更好地掌握舞蹈反映社会生活的方式和方法。

舞蹈的类别非常丰富。按照不同的划分原则和方法，可以有不同的舞蹈种类。通常我们从舞蹈客观存在的本质区别和它表达内容的独特方式、塑造形象的特殊手法，以及在社会生活中所起的作用等方面，来进行舞蹈类别的划分（见图 1-1-1）。

（一）按照舞蹈的社会作用和目的划分

从舞蹈的社会作用和目的上看，舞蹈可以分为生活舞蹈和艺术舞蹈两大类。

1. 生活舞蹈

生活舞蹈也称自娱性舞蹈。例如，人们在节庆和假日所跳的民俗舞蹈，在公共场所跳的社交舞蹈、自娱舞蹈（广场舞蹈），以及在各类学校所开展的教育舞蹈，这些都属于生活舞蹈。

生活舞蹈的最大特点就是人们跳舞的目的是为了自娱自乐。这种自娱自乐是相对的，当人们欢快起舞时，跳舞者愉悦、欢快的情绪会感染周围的人，所以对周围观看的人来说，跳舞的人们就带有了“表演性”。反之亦然，因此这类舞蹈也称自娱性舞蹈。

（1）民俗舞蹈。

民俗舞蹈亦称风俗舞蹈，包括各民族传统节日中的群众性舞蹈和一些民俗活动中的风俗性舞蹈。这些舞蹈体现了各个民族的风俗习惯、社会风貌、文化传统和民族性格特征，是各民族人民精神生活不可缺少的重要内容。民俗舞蹈在我国各民族生活中大量存在，且包含民族传统和道德教育的内容。例如，婚庆活动中的《伴嫁舞》，丧礼活动中的“跳丧”，节庆时跳起的《跳春牛》《跳蹿脚》《铜鼓舞》《阿细跳月》《长鼓舞》《农乐舞》等。

此外，民俗舞蹈中还包含着存在于宗教仪式之中，带有一定宗教迷信色彩的宗教祭祀类

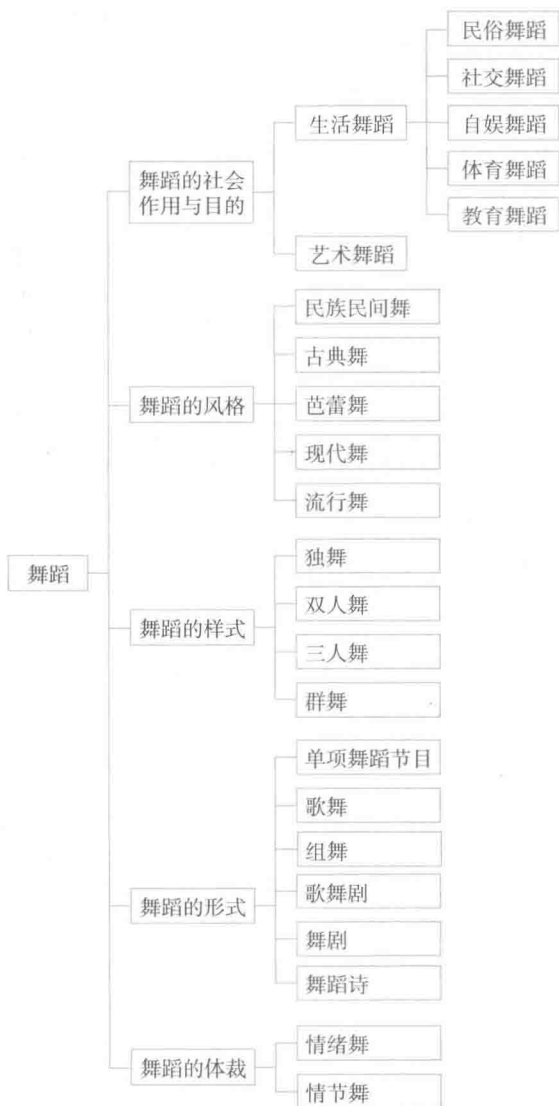


图 1-1-1 舞蹈种类一览

的舞蹈。这类舞蹈的根基在民间，是宗教活动的组成部分，是人们用来祈求神灵庇佑或是答谢神灵的恩赐，以表达人们祈求人畜兴旺、五谷丰登、生活幸福美满的美好愿望，它是社会生活的一种反映。目前，在我国少数民族地区的一些民族宗教活动中，还保留着这类的舞蹈。

(2) 社交舞蹈。

社交舞蹈又称“交际舞”或“交谊舞”，是一种源于西方的舞伴舞。社交舞蹈是一种人们在社会生活中以交往和联络感情为目的的舞蹈。社交舞蹈大多由民间舞蹈演变而来，形式多为男女对舞，具有广泛的流传性和群众性。社交舞蹈包括探戈、恰恰、华尔兹、三步或六步吉鲁巴、伦巴、迪斯科及布鲁斯等。

社交舞蹈重视舞蹈中的花式变化。因此，人们只要记住舞蹈中的基本步法，然后多加练习，就能够快乐起舞，享受舞蹈的乐趣。社交舞蹈具有简单易学、极易上手的特点，因此，人们在舞蹈中能够与舞伴进行语言上的交流和互动，达到强身健体和增进人际关系的目的。

(3) 自娱舞蹈。

自娱舞蹈是相对于表演舞蹈而划分的舞蹈类别。是一种以自我娱乐为目的，以获得自我愉悦和满足的舞蹈种类，目前大量存在于生活舞蹈和民间舞蹈中。作为生活舞蹈类别中的自娱舞蹈，其自娱性同样是相对。虽然舞蹈者的目的是以跳舞自娱，但舞蹈者在舞蹈时的感情和情绪会相互影响，进而让舞蹈者获得更大的愉悦和快乐。例如，汉族民间舞蹈“秧歌舞”、维吾尔族的“麦西来甫”、彝族的“跳月”“烟盒”“罗作”、藏族的“弦子”“锅庄”、蒙古族的“安代”、傣族的“戛光”、苗族的“踩鼓”、土家族的“摆手舞”、景颇族的“木脑总戈”等，都属于自娱舞蹈。

(4) 体育舞蹈。

舞蹈作为人体动作的艺术，能够起到强身健体的作用。随着时代的发展与进步，舞蹈与体育更加紧密地结合在一起，产生了以艺术审美的方式，让人身心全面发展的体育舞蹈新种类。例如，国际标准舞、健身舞、韵律操、广场舞、冰上舞蹈、水上芭蕾，以及我国传统武术中的象形拳、五禽戏、舞剑、舞刀等，都属于体育舞蹈。

(5) 教育舞蹈。

教育舞蹈指学校以培养学生的舞蹈审美能力而开展的各类舞蹈课程。目前，世界各国的许多学校都开设了教育舞蹈的专门课程。这种课程目前有两种形式：一种是将舞蹈课程列入正式的课程表成为必修课，授予学分；另一种是以课外选修课或课外兴趣活动课的方式，对学生进行舞蹈的相关教育。同时，一些在中、小学以及幼儿园开设的以训练学生的优美形体和美育教育为目的的舞蹈课程，也属于教育舞蹈的范畴。

随着我国教育的不断深入，特别是学校美育教育的不断推进，教育舞蹈必将成为我国学校美育的重要内容，成为舞蹈重要的类别之一。

综上所述，生活舞蹈大多不限舞蹈人数，不限舞蹈场地，简单易学。同时舞者在舞蹈中手拉手、面对面，不断交换位置、循环往复，他们相互感染、快乐起舞，百跳不厌、流连忘返。其强烈的自娱性成为人们相互交流和娱乐的重要手段，具有广泛的群众性和普及性。

2. 艺术舞蹈

艺术舞蹈也称表演性舞蹈，是专为观众表演的观赏性舞蹈。这类舞蹈除了在某些特定的

场合由舞蹈表演艺术家即兴表演外，通常都是由专业的舞蹈编导创作完成的舞蹈作品。这些舞蹈作品都有一定的主题、情节和人物（或角色），并由专业舞者在舞台上表演供观众观赏，从而感染观众。

艺术舞蹈通常在舞台上表演，因此会受到舞台或其他表演场地及空间的限制。由此编导在创作时，必须充分考虑如何利用舞台的各种有利条件，通过合理利用舞台灯光、舞美设计等有利因素，来充分表达作品内容，体现作品主题思想。同时，艺术舞蹈由专业的舞蹈编导创作而成，编导的创作意图和作品主题内容、情节结构，都需要通过作品中塑造的角色来表现，因此舞者在表演、塑造角色的过程中不能随意发挥，需要遵循编导的创作要求。

（二）从舞蹈风格来划分

从舞蹈的风格上看，舞蹈可以分为民族民间舞、古典舞、芭蕾舞、现代舞和流行舞。

1. 民族民间舞

每个民族都有代表自己民俗舞蹈文化的民间舞。民族民间舞是一种在民间流传很广，且具有鲜明民族风格和地方特色的传统舞蹈形式。

民族民间舞与各民族的民俗文化有着密切的联系，与人们的生活紧密相连，具有朴实无华、形式多样、内容丰富、形象鲜明的特征，带有浓烈的自娱性，具有较高的观赏价值。受生活方式、风俗习惯、生存环境、民族性格以及文化传统和宗教信仰等因素的影响，不同国家、不同民族、不同地区的民间舞有着十分明显的差异。人民群众是民族民间舞的创造者，舞蹈所体现和表达的是人民群众的思想、信仰、观念和情感。世界各民族都有着其独具风格特色的民族民间舞。

知识小贴士

我国是一个多民族国家，各民族都有着历史悠久、形式多样的民间舞蹈文化。例如，汉族的“秧歌”“腰鼓”、维吾尔族的“赛乃姆”、蒙古族的“安旦”、朝鲜族的“古格里”、傣族的“孔雀舞”等，这些优秀的民间舞蹈文化不仅为我国广大人民群众所喜爱，而且因其独特的魅力受到世界各国人民的喜爱和赞赏。

2. 古典舞

古典舞是指在民间舞蹈的基础上，经过历代艺术家的加工、提炼和创造，逐渐形成的具有古典风格的传统舞蹈。古典舞具有严格的规范性技术和严谨的程式。我国的古典舞大多保存于传统戏曲艺术中，舞蹈中手、眼、身法、步的紧密配合，是中国古典舞蹈的独特风韵。

古典舞的种类繁多，各民族的古典舞也各不相同。例如，日本的“雅乐”“能乐”，印度尼西亚的“巴厘舞”，柬埔寨、缅甸等国的“宫廷舞”，印度的“婆罗多”“卡塔卡利”“卡塔克”“曼尼普利”四大舞派等。这些古典舞蹈文化在有古老文化传统的民族中，有着十分重要的地位，对本民族的舞蹈艺术产生着深远的影响。

3. 芭蕾舞

芭蕾舞是一门集音乐、戏剧、舞台美术等艺术形式为一体的综合性舞台艺术。芭蕾舞最

早起源于意大利,诞生于17世纪后期的法国宫廷。虽然芭蕾舞的诞生与宫廷文化息息相关,但据史料记载,芭蕾舞最初起源于欧洲的一种群众自娱或广场表演的舞蹈。芭蕾舞经过长期的文化积淀和发展,逐步形成了一套完整、规范的训练方法,其结构方式规范,技术性要求严格。芭蕾舞的特征表现为:女演员要穿特制的足尖舞鞋并立起足尖跳舞,所以俗称“足尖舞”。芭蕾舞在19世纪日臻完美,19世纪末期在俄罗斯进入最繁荣的阶段,逐渐形成了具有不同风格特点的意大利学派、法兰西学派和俄罗斯学派等。20世纪以来,又出现了现代芭蕾学派,并陆续派生出更多元化的芭蕾学派并风行欧美。

芭蕾艺术在20世纪20年代传入中国,直至50年代我国才成立了专业的芭蕾舞剧团体,将一批经典的芭蕾舞剧带到观众面前。同期,我国的芭蕾艺术家还采用芭蕾艺术的表现形式,创作出了一大批表现我国人民生活 and 战争题材的舞剧作品,如芭蕾舞剧《红色娘子军》《白毛女》等。随着我国芭蕾舞水平的逐步提高,近年来又创作出具有中国风格的芭蕾舞剧,如《沂蒙颂》《草原儿女》《祝福》《林黛玉》《黄河》《梁祝》《斯巴达克》《嘎达梅林》《孔雀胆》《二泉映月》等一大批优秀的芭蕾舞剧作品。

4. 现代舞

现代舞于20世纪初在西方兴起,是一种相对于古典芭蕾而言的舞蹈类别。现代舞打破了古典芭蕾单纯追求动作技巧的形式主义倾向和僵化守旧的动作程式束缚,主张以符合人的自然运动规律的舞蹈动作,自由地表达和展现人的真情实感。

早期的现代舞以表现个人的感情、本能和内心冲突为舞蹈的主要内容,以来源于自然动作和人体运动学的实验为舞蹈形式。后经不断地发展与创造,逐渐形成了许多不同风格的现代舞流派。第二次世界大战后,现代舞在英、法、德等西方国家迅速发展起来。到20世纪60年代末,现代舞的发展出现了两种新趋势:一种是沿着人体运动学的途径发展,把舞蹈看作抽象的动力在时空上的运动形式,出现了“纯动作”或“形式主义”的舞蹈;另一种则是和其他艺术形式甚至非艺术形式相结合,使舞蹈的内涵和外延更加模糊,形成了更多表现内容的现代舞。

5. 流行舞

流行舞指那些源于西方且风靡全球的、代表着流行舞蹈文化的舞蹈,主要包括爵士舞、踢踏舞和国标舞等舞种。

爵士舞是美国流行舞蹈的一个“代名词”,它源于美国,带有浓厚的黑奴文化背景。当今的爵士舞集芭蕾舞、现代舞、非洲舞蹈、酒吧舞蹈、音乐剧舞蹈、社交舞蹈、东印度民间舞于一身,是一种多元表演舞蹈形式,具有自然朴实、身体蜷缩、模仿、即兴等特点,也强调身体局部动作和切分节奏等特征。爵士舞主要历经了爵士、摇摆舞、摇滚、迪斯科、霹雳舞、MTV舞蹈、Hip-Hop(街舞)和锐舞等时代的变迁,爵士舞的发展变迁体现了美国流行舞蹈百年来的发展历程和时代特征。

流行舞中的踢踏舞特指风靡全球的爱尔兰踢踏舞、美国踢踏舞以及弗拉明戈踢踏舞等流行舞台的宠儿。踢踏舞节奏轻快、舞态多姿、表现力强,因其极具自娱性、开放性和挑战性,深受人们的喜爱。

国标舞是国际标准舞的简称,又称“舞厅舞”,前身为“社交舞”,是在社交舞的基础



上规范化、专业化、竞技化的产物。从某种意义上看，国标舞起源于民间土风舞，经历了“宫廷舞”“社交舞”“舞厅舞”“标准舞”四个大的发展历程，是西方社会发展的产物。

目前，国标舞已经由单一的舞种发展为摩登舞、拉丁舞两大系列的十个舞种，即包含华尔兹、维也纳华尔兹、探戈、狐步、快步舞的摩登舞项群和包含伦巴、恰恰、桑巴、牛仔舞、斗牛舞的拉丁舞项群。经过多次的演变、创新和合并，国标舞已经成为艺术性高、技艺性强的竞技性舞蹈项目，广受人们的喜爱。

（三）从舞蹈的样式来划分

从舞蹈的样式上看，舞蹈可以分独舞、双人舞、三人舞和群舞。

独舞、双人舞、三人舞是舞蹈的基本样式，对演员有着极高的技术要求。这些舞蹈有着独立的舞蹈主题，构思巧妙、结构精练完整、舞蹈形象鲜明生动、风格独特、内容精巧且极富意境，具有很强的艺术感染力和较高的审美价值。

1. 独舞

独舞也称单人舞，是由一个人表演并完成一个主题舞蹈。独舞偏重情绪、情感和技巧的发挥，多用来表现一个情感片段、体现某种生活内容或表达一种意境，是抒发人物情感或塑造人物的重要手段。独舞有两种表现形式：一种为结构完整、独立的舞蹈作品；另一种为舞剧或大型舞蹈中，用以刻画人物的手段，这种独舞类似于歌剧中的咏叹调或话剧中的内心独白。独舞对舞者有着较高的技术要求，要求舞者必须具有良好的身体素质、扎实的舞蹈技能、较高的表演技巧和较强的刻画人物的能力。因此，独舞通常都由具有较高舞蹈艺术表现力的舞者承担。

2. 双人舞

双人舞指由两个人一起表演，来完成一个主题的舞蹈。双人舞注重以情节抓“人”，善于通过对人物的突出刻画来表情达意。

双人舞同样对舞者有着较高的技术要求。特别是舞蹈中，两位舞者的情感表达、动作造型、人物刻画，一定要做到配合默契，和谐一致。

3. 三人舞

三人舞指由三个人合作表演完成一个主题的舞蹈。通常有两种方式：一种为结构完整的独立的舞蹈作品；另一种为大型舞剧或舞蹈的一个组成部分。三人舞是一种表现力非常丰富的舞蹈样式，它可以表现某种情绪或表现一些特定的情节，也可以表现舞蹈中人物与人物之间的矛盾戏剧冲突等多种内容。

4. 群舞

三人以上表演的舞蹈统称为群舞。一般来说，群舞没有复杂的情节，而是以情代叙，重在表现某种意境或抒发某种情绪。群舞大都没有多种人物或角色，舞蹈中常以塑造的一个统一的集体形象来体现某种性格或民族特征。

群舞常有两种表现方式：一种为人数众多的舞者表演的舞蹈。这种舞蹈善于表现一个主